

El trabajo como campo de batalla del conflicto psíquico

J. L. GONZÁLEZ DE RIVERA
Y REVUELTA
Psiquiatra
Clínica Puerta de Hierro
(Madrid)

La adaptación al ambiente laboral requiere la integridad y buen funcionamiento del aparato psíquico, con su complejo sistema de defensas ante conflictos ansiógenos y sus elaborados mecanismos de percepción de la realidad y adecuación de la misma.

La capacidad de trabajar y de encontrar satisfacción en el trabajo, lo mismo que la capacidad de amar y de hallar gratificación en el amor, son características del sujeto sano. Por supuesto que esto no basta, es preciso que el objeto amado y la ocupación laboral reunan unas ciertas condiciones reales que permitan esa satisfacción, y ciertamente existen condiciones laborales en las que lo más maduro es reaccionar con insatisfacción, inadaptación y repulsa.

En líneas generales, para que un trabajo ofrezca gratificación personal, han de darse en él tales condiciones que permitan la actividad creadora y el desarrollo de una sensación de control y orgullo ante el producto de la actividad. Hay, desgraciadamente, demasiados trabajos en los que

estas condiciones no se cumplen, o bien por su naturaleza monótona o por la inhumanidad de la infraestructura en que se integran, no ofrecen gratificación ni a los sujetos más sanos y adaptables. Son precisamente las situaciones laborales de este tipo las que generan mayor número de incapacidades psíquicas, absentismo, accidentes laborales y trastornos psicossomáticos (Frankenhaeuser, 1976), pero son soportados relativamente bien por individuos sin conflicto psíquico importante, que son además capaces de canalizar sus frustraciones de manera constructiva.

Una vez hechas las necesarias puntualizaciones precedentes, paso a considerar el objetivo específico de esta presentación, o sea la influencia de factores neuróticos en la adaptación laboral.

La neurosis se caracteriza por un enfrentamiento íntimo e inconcluso de tendencias y deseos contradictorios, y es natural que el neurótico encuentre su trabajo difícil y desagradable, incapaz como es de entregarse por entero a su actividad. La rumiación

continua de los conflictos internos, y la persecución pertinaz de objetivos infantiles que ya no pueden ser satisfechos, conducen a una dispersión de las energías del yo y a una disminución de las capacidades de percepción e interpretación de la realidad, factores ambos que reducen la adaptabilidad y resistencia al "stress".

Quizá una de las causas más importantes de la disgregación de energía sea el estado de hiperreactividad emocional que con frecuencia se observa en el neurótico. En este estado se dan reacciones emocionales excesivas ante estímulos nimios, e incluso ante causas que objetivamente no justifican ni siquiera en grado mínimo una reacción de tal tipo. Para añadir a su desgracia, este tipo de respuestas exageradas e inapropiadas generan con gran facilidad fricciones interpersonales, que rodean al neurótico como un halo de ansiedad y tensión.

La hiperreactividad del neurótico se explica considerando la hipótesis siguiente: las causas objetivas actúan no por sí mis-

mas, sino avivando el recuerdo subjetivo de una serie de circunstancias anteriores, capaces por su importancia de afectar intensamente al sujeto.

Ocasionalmente, estas circunstancias anteriores reunían en sí mismas tal potencial ansiógeno, que los mecanismos de defensa del aparato psíquico se vieron totalmente desbordados, en cuyo caso hablamos de neurosis traumática.

Con mayor frecuencia, fue la inferioridad relativa del aparato psíquico la que impidió la integración y comprensión de experiencias no necesariamente traumáticas en sí mismas, sino por el significado peculiar que les otorga la fantasía del sujeto. Como quiera que este estado de inferioridad relativa del aparato psíquico y uso excesivo de la fantasía se da normalmente en la infancia, bien podemos denominar a este segundo tipo de neurosis "neurosis infantiles".

Así, pues, vemos que, junto a lo que podemos llamar "inadaptación general del neurótico", existe otro tipo de inadaptación específica, dependiente del simbolismo peculiar que ciertas circunstancias laborales pueden tener para el trabajador. El primer tipo de inadaptación es más marcado ante situaciones de "stress" y es patente no sólo en el trabajo, sino también en el ámbito familiar y en las relaciones sociales en general; el segundo tipo se presenta ante situaciones que por simbolismo desencadenan la vivencia conflictual hasta ese momento reprimida fuera de la consciencia.

Con objeto de ilustrar mi exposición, hasta ahora demasiado teórica, voy a hacer uso de pequeños fragmentos de casos clínicos, representativos de la problemática objeto de la presente comunicación.

El primero de ellos, ejemplo

clarísimo y dramático de neurosis traumática es el de un judío francés superviviente de los campos de concentración nazis, a quien tuve ocasión de conocer y tratar durante mi estancia en Montreal. Este hombre era presa de una angustia vivísima a la vista de humos, hornos, chimeneas industriales..., elementos todos ellos que le recordaban los hornos crematorios en los que estuvo a punto de perecer. El establecimiento de la correlación entre el evento traumático original y el desencadenante actual no fue seguido de ninguna mejoría, que se consiguió, sin embargo, mediante el uso de técnicas de relajación. Este caso y su evolución terapéutica es descrito con más detalle en otro lugar (ver cita bibliográfica núm. 2).

Las neurosis infantiles, más arraigadas en la personalidad del paciente, ofrecen correlaciones menos claras entre el trauma o el conflicto original y las manifestaciones actuales, y son con frecuencia más difíciles de tratar.

El caso siguiente corresponde a un joven de veintisiete años, que consultó por un síndrome depresivo. En él coexistían paradójicamente una brillante capacidad para los estudios y una aparente incompetencia total para la actividad laboral. Trabajar, para este paciente, significaba ser hombre adulto, con dinero, responsabilidad y poder sobre su destino. Estas consecuencias del trabajo, a todas luces deseables, chocaban, sin embargo, con otros contenidos inconscientes, produciéndose una situación conflictiva cuya solución fue por un tiempo la incapacidad laboral total, con preservación de la brillantez para los estudios. El síndrome depresivo, preexistente de manera larvada, hizo su aparición clínica cuando, al final de

su segunda carrera universitaria, le fue negada por su familia la posibilidad de continuar sus estudios, instándole, en cambio, a "trabajar y ser hombre".

Aunque múltiples indicios permitían entrever la naturaleza de su problemática inconsciente, ésta quedó patente en un error que cometió al relatarme una secuencia cinematográfica que le había impresionado vivamente de niño. Se trataba de la película *Bambi*, y sus palabras fueron aproximadamente las siguientes:

"... Siempre he sido muy impresionable... Recuerdo el miedo que pasé cuando Bambi crece y tiene que luchar con su padre, el rey de los ciervos..."

En la película *Bambi* hay, efectivamente, una pelea de ciervos pero no entre Bambi y su padre, el rey de los ciervos. La secuencia relatada no pertenece a la película, sino a la imaginación del paciente, que deforma la realidad de la película vista para adaptarla a su concepción de lo que puede ser la relación entre un hijo crecido y su padre.

El trabajo, al representar crecimiento y madurez, representa también, en una segunda capa, enfrentamiento mortal con el padre, enfrentamiento en el que siempre habría de salir perdiendo. Genuinos lazos de afecto, además de una dependencia exagerada y neurótica, unían a este paciente con su padre, y, si venía en la contienda, perdería este objeto amado y protector. Por el contrario, si era derrotado, la destrucción personal parecía la consecuencia obvia.

Este conflicto entre agresividad y dependencia, conflicto intrapsíquico, se traducía externamente por una incapacidad laboral. Los estudios, mientras que le permitían cierta gratificación y autonomía, no implicaban en la mente del paciente un nivel de "crecimiento" suficiente para

llegar a las cotas del enfrentamiento peligroso.

El tercer caso, un oficial mecánico de treinta y cuatro años, ilustra una situación ligeramente más complicada que la anterior, en la que juegan papel importante los diversos modos en que el trabajo puede ser utilizado en apoyo de los mecanismos psíquicos de defensa.

Se trata de un obrero especializado, buen trabajador, bien considerado en su empresa, y que pocos meses después de su ascenso a supervisor presenta un cuadro de angustia, con insomnio, irritabilidad y distractibilidad, de tal intensidad que requiere la baja laboral.

Aunque el ascenso había sido esperado y aceptado con júbilo por el paciente, pronto hubo de reconocer que había sido precisamente esa circunstancia la que había precipitado sus actuales síntomas.

Un hombre de temperamento obsesivo, con necesidad inconsciente de dominio sádico, logró en la primera etapa de su trabajo emplear esas tendencias de manera aceptable e incluso apropiada. Encargado de tallar una serie de piezas con precisión, se recreaba en su labor detallista, y en la sensación de dominio que ella le producía. En sus propias palabras:

"... En la fábrica, cogemos pedazos de hierro, y sacamos piezas, y después máquinas..., es el poder del Hombre sobre la Naturaleza."

Esta situación tan satisfactoria psicológicamente, no pudo, sin embargo, mantenerse en la segunda etapa de su trabajo, después del ascenso. El primer cambio externo importante fue el aumento de la frecuencia e intensidad de las relaciones interpersonales, antes escasas y superficiales. Dirigir hombres resultaba, además, mucho más complejo e

impredecible que manejar la dócil máquina, y los resultados más ambiguos e inestables.

La primera reacción psicológica fue probablemente la pérdida de la sensación de dominio, seguida por un temor a la pérdida de control sobre sus impulsos sádico-agresivos y, finalmente, la elaboración proyectiva de los mismos. Clínicamente, a una sensación inicial de incertidumbre, siguió una ansiedad creciente, con crisis ocasionales de rabia, irritabilidad y leve ideación paranoide. Fantasías de agredir a, o ser agredido por, sus compañeros de trabajo fueron frecuentes en esta última etapa, así como temores de ser despedido del trabajo, abandonado, por su esposa, etc.

En el estado de extrema ansiedad en que llegó a la consulta, fue necesario una psicoterapia inicial de apoyo, acompañada por técnicas de relajación y análisis de las posibles circunstancias precipitantes.

No fue difícil para él llegar a la conclusión de que el cambio en las condiciones de trabajo, "a pesar de mucho que lo deseaba", era en cierto modo responsable de la eclosión psicopatológica. La hipótesis de trabajo en la relación psicoterapéutica actual es la siguiente:

Debido a la peculiar manera de reaccionar el paciente durante su infancia en el seno familiar, se habrían producido en él fuertes tendencias agresivas, dirigidas principalmente contra sus hermanos menores, y reprimidas por temor al castigo paterno. La situación laboral habría venido a representar esta relación infantil, sin conflicto en una primera etapa, por permitir su trabajo la expresión fácil y adaptativa de las tendencias agresivas y de dominio ("cogiendo pedazos de hierro y sacando piezas"). Sin embargo, en la segunda etapa, al

existir una confrontación personal con los obreros a su cargo ("hermanos menores"), esta agresividad no puede expresarse de la misma manera, y la percepción creciente de su estado de rabia contenida da paso a la elaboración de fantasías de retaliación, con la consiguiente angustia. La proporción en la cual este paciente llegue a comprender, aceptar y encauzar de manera constructiva sus impulsos agresivos determinará su capacidad de desempeñar un empleo como supervisor.

En otros casos de utilización neurótica del trabajo, éste no tiene un significado primario, sino que actúa simplemente como medio de evadir conflictos en otras áreas de la vida. Cuando se da esta circunstancia, el trabajo realizado suele ser bueno, aunque con frecuencia apresurado, por el excesivo número de tareas con que el trabajador se sobrecarga. Las características de: urgencia en el desempeño de sus funciones, abandono de otras responsabilidades (familiares, sobre todo) y, especialmente, infelicidad acerca de un trabajo excesivo, que no se intenta, sin embargo, disminuir, marcan al supertrabajador neurótico. La clave patológica de este síndrome la da el hecho de que el trabajo no aporta un desarrollo o "ensanchamiento" de la personalidad, si no que es vivido como obligación autoimpuesta, de manera compulsiva y estéril. Los sufrimientos derivados del trabajo excesivo cumplen además otra función psicológicamente útil para el neurótico: apagar los sentimientos de culpa engendrados por el abandono de otra situación aún más conflictiva que el trabajo, por ejemplo, la propia esposa.

Quiero terminar esta breve exposición con un doble comentario de carácter general: Prime-

ro, que es importante en ciertos casos de inadaptación laboral por factores personales investigar la existencia de un posible conflicto intrapsíquico, reactivado por la situación laboral, y, segundo, que es conveniente "desaristocratizar" las orientaciones y técnicas de inspiración psico-

analítica, con el fin de ponerlas al servicio del mal estudiado campo de las inhibiciones laborales.

BIBLIOGRAFIA

(1) ALEXIS BROOK: *Trastornos psíquicos en la industria*. British Journal of Hospital Medicine (edi-

ción en español), septiembre 1976, págs. 1305-1310.

(2) J. L. GONZÁLEZ DE RIVERA: *Psicoterapia autógena*. Ed. Marova (en prensa).

(3) MARIANNE FRANKENHAEUSER: *Underload and overload in working life*. Journal of Human Stress, vol. 2, páginas 35-46 (1976).